

114 學年度基隆市安樂國小教師公開授課教學單元設計教案

領域/科目		特殊需求領域-社會技巧	設計者	鄭家禾
實施年級		五年級	教學節次	共_6_節，本次教學為第_4_節
單元名稱		和情緒做朋友		
設計依據				
學習重點	學習表現	特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。 特社 3-III-2 主動參與課堂或小組討論，並在小組中主動對他人提供協助。	核心素養	A 自主行動 A1 身心素質與自我精進 特社-E-A1 具備辨識、表達與處理正負向情緒的能力，促進身心健全發展。 A2 系統思考與解決問題 特社-E-A2 具備察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式的能力，解決情緒問題。 B 溝通互動 B1 符號運用與溝通表達 特社-E-B1 具備運用簡單的「聽、說、讀、寫」的語言技巧，和非語言的線索與人進行溝通。
	學習內容	特社 A-III-1 複雜情緒的處理。 特社 B-III-3 自我經驗的分享。		
議題融入	議題	生命教育、人權教育		
	所融入之學習重點	1. 引導學生覺察自我情緒、了解情緒背後的原因，學習接納與表達自我，培養正向自我概念與同理心。 2. 透過討論與分享不同情緒反應，尊重他人的情緒表達與差異，學習以平等與尊重的態度對待他人。		
教材來源		自編		
教學設備／資源		教學資源： －繪本《我的心情，你的心情》 －情緒卡與情境卡 －學習單-我的情緒時刻卡 輔助教具：白板、便利貼。		
學習目標				
1. 認識並說出繪本中不同的情緒（憤怒、忌妒、失落、挫折、委屈）。 2. 透過舉例分享自己生活中曾有過的類似情緒經驗。 3. 通過活動學習一種適合自己的安撫情緒方法。				

教學活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
壹、 引起動機 1. 教師出示繪本封面與圖片，與學生一起回顧上節課閱讀過的情緒繪本內容。 2. 以提問引導學生思考：「你上一次感到生氣／失落／忌妒是什麼時候？」 3. 鼓勵學生簡短分享生活中的小故事，讓全班感受到每個人都會有不同的情緒。 4. 教師說明今天的學習重點：「我們要一起練習分辨不同情緒，並想想遇到情緒時可以怎麼做。」	5'	繪本：我的心情，你的心情 口頭評量
貳、 發展活動 活動一：情境與情緒配對 1. 教師出示「情境卡」與「情緒卡」，請學生分組討論每個情境最有可能出現的情緒。 2. 學生討論後貼卡進行配對，教師統整學生回應，說明同一個情境可能引起不同情緒，強調「每個人感受都不一樣」。	10'	情境卡 實作評量
活動二：我的情緒時刻卡 1. 教師發下學習單〈情緒時刻卡〉，引導學生回想自己曾出現特定情緒（如忌妒、挫折、委屈）的情境。 2. 老師分享各種不同的情緒的調節策略，請學生思考並選擇自己覺得可採取的調節方法。 3. 教師巡迴指導，鼓勵學生以文字或圖畫表達感受。 4. 請學生分享自己的想法，讓同學聆聽與回應。	20'	學習單 實作評量 觀察評量 口頭評量
參、 綜合活動 1. 教師帶領全班回顧今天學到的情緒詞與調節方法。 2. 問學生：「當你下次遇到這些情緒時，你會怎麼做？」引導學生口頭回應。 3. 教師給予回饋與肯定，強調「情緒沒有對錯，重要的是我們怎麼面對」。 4. 以「我可以和情緒做朋友」作為收尾句，幫助學生內化情緒管理的正向概念。 -----本節結束-----	5'	觀察評量 口頭評量